

摂食障害って？ 自助グループって？ 私≠私たちの回復と成長

この程度で摂食障害って
言っているの？

こんなひどいの私だけ？

症状はもう治まったけど…

誰か助けてほしい

こんな歳なのに

太るのが怖い

本当は治るのが怖い



— あなたのその気持ち、悩みも希望も分かち合おう！

2018年 2月17日(土)
北九州市総合保健福祉センター
(アシスト21)5階 交流ルーム

摂食障害者本人・家族・関係者(支援者)の他、
関心のある方はどなたでも大歓迎

参加費無料 事前申込は必要ありません

* イベントの詳細やお問い合わせ先は裏面をご覧ください

PROGRAM

- 10:00 開会(9:45開場)
「摂食障害って？ 自助グループって？
私≠私たちの回復と成長」
・ NABAオリジナル映像上映
・ NABA30年の活動からのメッセージ
- 12:00 休憩
- 13:00 公開ミーティング「それぞれの回復・成長」
(東京NABAメンバー&ご当地の仲間の体験談)
地域のグループ・団体からのアピール
Q&A・会場全体分かち合い
- 16:45 閉会

主催 NABA(日本アノレキシア・プリミア協会)

連携協力
団体

あかりトーク福岡、きみいろの会、FOSC、北九州マック
ジャパンマック福岡、北九州ダルク、のぞえ総合病院、久留米厚生病院
北九州市立精神保健福祉センター、日本摂食障害協会、日本精神保健福祉士協会

中央共同募金会
「赤い羽根福祉基金」
助成事業



赤い羽根
福祉基金

このイベントは？

自助グループは、同じ悩みを抱える人同士が助け合いながら回復・成長するための集まりです。症状の問題だけではなく、背景にある生きづらさも分かち合いながらお互いに成長していく自助グループは、医療の枠をこえた取り組みとしてその効果が注目されています。

今回のセミナーでは、午前中には、自助グループNABAのオリジナル映像の上映や、メンバーからのメッセージによって、NABA30年の歩みから見てきた回復や成長をお伝えします。

また、午後には、NABAで普段行っているミーティング（お互いの話を聴き、体験や感情を分かち合うこと）を、公開の形で行います。摂食障害を経験した仲間たちが自分の体験をお話します。後半には質問や感想の時間も設けますが、もちろん話したくない人は聞いているだけで大丈夫！摂食障害について知りたい方、自助グループに行ったことのある人もない人も、ぜひおいでください！

なお、このセミナーは、「全国出前ミーティング」として、全国5都市（名古屋、仙台、京都、北九州、札幌）で開催します。各地域の様々な団体と連携協力して開催することで、地域のネットワーク形成の機会となることを願っています。

■ 会場案内



- JR小倉駅よりモノレール乗り換え「旦過駅」下車
バス「市立医療センター前」下車
- 車椅子の方は、各交通機関と2階玄関を結ぶ歩道橋があります。各所にエレベーターがありますので、安全でスムーズにお越しいただけます。

摂食障害って？

食べることを拒む拒食、やめたくても食べてしまう過食、嘔吐や下剤乱用などの症状があります。また、うつ、引きこもり、依存症や強迫行動など、本人が抱える問題は様々です。年齢・性別も幅広く、50代以上の本人や男性もいます。症状をもちながらも一見人並み以上にしっかりと主婦や社会人をしていたり、医療・福祉・教育などいわゆる援助職に就いている人もめずらしくはありません。

摂食障害の背景にはたえがたい寂しさや不安があり、本質的な問題は自己肯定感や自尊心の欠如で、対人関係や生き方の中にこそ解決の糸口があるとNABAでは考えています。

NABAって？

摂食障害からの回復・成長を目指すための自助グループとして1987年に発足し、今年で活動30周年を迎えました。「いいかげんに生きよう」を合言葉に、摂食障害本人・経験者たちで運営し、仲間ならではの出会い・分かち合いを大切に活動しています。ミーティング以外にも、直接来所できない人も利用できる会報や電話での分かち合いなど、プログラムを工夫しています。また、ネットワーク作りや摂食障害以外の人も広く分かち合いたいという願いから、一般向けの広報紙を毎月発行、全国のグループが集う『摂食障害・全国大会』や、摂食障害に限らず様々な自助・ピアサポートグループ約100団体と協力して開催する『ピアサポ祭り』などの公開イベントも多数開催しています。

全国出前次回以降の日程

2018年

札幌

3/4 (日)

わくわくホリデーホール

お問合せ先：NABA 日本アレキシア(拒食症)・プリミア(過食症)協会

〒156-0057 東京都世田谷区上北沢4-19-12 シャンボール上北沢212

TEL. 03-3302-0710 (祝日含む月・水・木・金 13時~16時) <http://naba1987.web.fc2.com/>